















Menus de la Semaine du 08 au 12 Janvier 2024



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			LA GALETTE DES ROIS	
Partage de la galette				
<p>Carottes râpées Bio  vinaigrette  <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Steak haché sauce tomate  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Semoule  <i>gluten</i></p> <p>Fromage frais sucré  <i>lait</i></p> <p>Clémentine <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>	<p>Pâté de campagne cornichon  <i>Gluten, lait, moutarde, soja</i></p> <p>Chili sin carne   <i>(riz, haricots rouges, maïs, légumes ratatouille, oeuf) œuf</i></p> <p>Crème dessert au chocolat <i>lait</i></p>		<p>Soupe tomate vermicelle alphabet <i>Gluten</i></p> <p>Jambon braisé sauce aux oignons  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Coquillettes Bio  semi-complètes <i>Gluten</i></p> <p>Emmental Bio  <i>lait</i></p> <p>Galette des rois Frangipane <i>Gluten, fruits à coque</i></p>	<p>Pizza au fromage <i>Gluten, lait</i></p> <p>Parmentier de colin d'Alaska blanc à la carotte   <i>lait</i></p> <p>Compote de pommes allégée en sucre  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>






Légumerie Tezea



Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



Menus de la Semaine du 15 au 19 Janvier 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Betteraves  vinaigrette <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p> Pilon de poulet rôti au jus <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Blé  à la tomate <i>Gluten</i></p> <p>Crème dessert chocolat <i>Lait</i></p>	<p>Soupe de potiron et  fromage fondu vache qui rit <i>lait</i></p> <p>Enchiladas haricots rouges maïs <i>gluten</i>  </p> <p>Fromage frais sucré <i>Lait</i></p> <p>Pommes bio local  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>		<p>Les USA/ Breakdance</p> <p>Salade verte  vinaigrette <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Hot dog saucisse ketchup (sans porc) <i>Gluten</i></p> <p>Pommes de terre quartier avec peau <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Vache qui rit Bio <i>lait</i></p> <p>Smoothie pomme, cranberry, yaourt   <i>lait</i></p> <p>+ ketchup</p>	<p>Salade de coquillettes  milanaise <i>gluten</i></p> <p>Emincé de saumon sauce crème oseille <i>Lait, gluten</i></p> <p>Purée de brocolis <i>Lait</i></p> <p>Cake vanille  <i>Lait, œuf, gluten</i></p>
<p>Légumerie Tezea </p>				


















Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



Menus de la Semaine du 22 au 26 Janvier 2024



LES NOUVELLES RECETTES

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Taboulé (semoule)  <i>Gluten, Moutarde, sulfites</i></p> <p>Rôti de dinde jus aux herbes <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Lentilles  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Saint Paulin  <i>lait</i></p> <p>Compote de pommes allégée en sucre  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>	<p>Carottes râpées  vinaigrette  <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Coquillettes , sauce butternut ricotta  <i>Gluten, lait</i></p> <p>Emmental râpé <i>lait</i></p> <p>Fromage blanc façon stacciatella (cacao, copeaux de chocolat blanc et chocolat noir) <i>lait</i></p>		<p>Le haricot blanc</p> <p>Velouté de potiron  <i>lait</i></p> <p>Aiguillettes de poulet sauce champignons crémée <i>lait</i></p> <p>Purée de carottes et pommes de terre <i>lait</i></p> <p>Emmental bio  <i>lait</i></p> <p>Gâteau aux haricots blancs et chocolat  <i>Œuf, lait</i></p>	<p>Chou blanc  vinaigrette  <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Dés de colin d'Alaska sauce citron  <i>Lait, gluten</i></p> <p>Riz  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Clémentine <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>

Légumerie Tezea 



Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



Menus de la Semaine du 29 janvier au 02 Février 2024



Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Velouté de carottes <i>lait</i></p> <p>Sauté de dinde sauce colombo  <i>(carottes, farine de riz, épice colombo, bouillon de volaille, pulpe de tomate)</i></p> <p>pomme de terre vapeur <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Fromage fondu croc'lait <i>lait</i></p> <p>Liégeois au chocolat <i>lait</i></p>	<p>Pâté de campagne et cornichons  <i>Gluten, lait, moutarde, soja</i></p> <p>Dahl de lentilles corail et riz <i>(Lait de coco, crème liquide curry, bouillon de légumes)</i>  <i>lait</i></p> <p>Yaourt aromatisé  <i>lait</i></p>		<p>CHANDELEUR</p> <p>Salade verte  vinaigrette <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Galette saucisse </p> <p>Pommes de terre quartier avec peau <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Gouda  <i>lait</i></p> <p>Crêpe sucre  <i>Lait, gluten, œuf</i></p> <p>+ Ketchup</p>	<p>Quiche lorraine <i>Gluten, œuf, lait</i></p> <p>Emincé de colin sauce citron <i>Lait,</i></p> <p>Boulgour  sauce tomate <i>Gluten</i></p> <p>Bananes <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>

Légumerie Tezea



Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits













Tout commence au quotidien

Menus de la Semaine du 05 au 09 Février 2024



Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Velouté de légumes  <i>lait</i></p> <p>Steak haché de bœuf sauce brune  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Carottes  au jus <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Clémentine <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>	<p>Tartine œuf ciboulette  <i>Lait, œuf</i></p> <p>Riz, korma végétarien  butternut et marrons (<i>Riz, Carottes en dés, marrons, pdt cubes, butternut, crème, curry et</i>) <i>lait</i></p> <p>Tomme blanche <i>lait</i></p> <p>Dessert lacté gélifié au chocolat <i>lait</i></p>		<p> Salade verte croûtons vinaigrette <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Tartiflette (<i>sans porc, dinde</i>) <i>lait</i> </p> <p>Smoothie ananas fruit de la passion <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>	<p>Salade coleslaw (<i>carottes, chou blanc, mayonnaise</i>)  <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Rôti de dinde sauce estragon (Estragon, crème liquide, bouillon de volaille) <i>Lait, gluten</i></p> <p>Fusilli  <i>Gluten</i></p> <p>Banane  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>

Légumerie Tezea







Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



Menus de la Semaine du 12 au 18 Février 2024



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Betteraves  vinaigrette <i>moutarde, sulfites</i></p> <p>Tajine marocain pois chiches (<i>Carottes bâtonnets, patate douce, pois chiche, sauce tomates aux épices couscous</i>) <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i> </p> <p>et semoule <i>gluten</i></p> <p>Fromage fondu carré <i>lait</i></p> <p>Compote de pommes allégée en sucre <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>	<p>Cake dinde fromages  <i>Lait, œuf, gluten</i></p> <p>Omelette nature  <i>Œuf, lait</i></p> <p>Ratatouille <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Fruit de saison  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>	<p>C'EST LA FÊTE</p>	<p>Soupe de légumes variés <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Dés de colin d'Alaska sauce blanquette aux petits légumes  <i>lait</i></p> <p>Riz  créole <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Cake au chocolat  <i>Gluten, lait, œuf</i></p>	<p>Céleri rémoulade   <i>Œuf, moutarde, sulfites</i></p> <p>Sauté de porc sauce au thym  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Purée de pommes de terre <i>lait</i></p> <p>Crème dessert caramel <i>lait</i></p>
<p>Légumerie Tezea </p>				



Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits















Tout commence au quotidien

Menus de la Semaine du 19 au 23 Février 2024



Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Rosette cornichon <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Chili sin carne  (Haricots rouge, légumes ratatouille, maïs, épice chili, œuf, emmental) <i>Lait, œuf</i></p> <p>Riz  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Cantal AOP  <i>lait</i></p> <p>Compote de pommes coing allégée en sucre <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p>	<p>Œufs durs mayonnaise <i>Œufs, moutarde, sulfites</i></p> <p>Cuisse de poulet rôti aux herbes de Provence  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Jardinière de légumes  <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i></p> <p>Beignet à la framboise  <i>Gluten, œuf</i></p>		<p>Velouté de potiron  <i>lait</i></p> <p>Nuggets de poulet <i>gluten</i></p> <p>Blé  à la tomate <i>gluten</i></p> <p>Fromage frais sucré <i>lait</i></p> <p>Salade de fruits <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i> </p>	<p>Carottes râpées  <i>Vinaigrette ciboulette</i> <i>Moutarde, sulfites</i></p> <p>Jambon braisé au jus <i>Pas d'allergènes à déclaration obligatoires</i> </p> <p>Purée de pommes de terre <i>lait</i></p> <p>Gâteau aux pommes  <i>Lait, gluten, œuf</i></p>

Légumerie Tezea



Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



Tout commence au quotidien